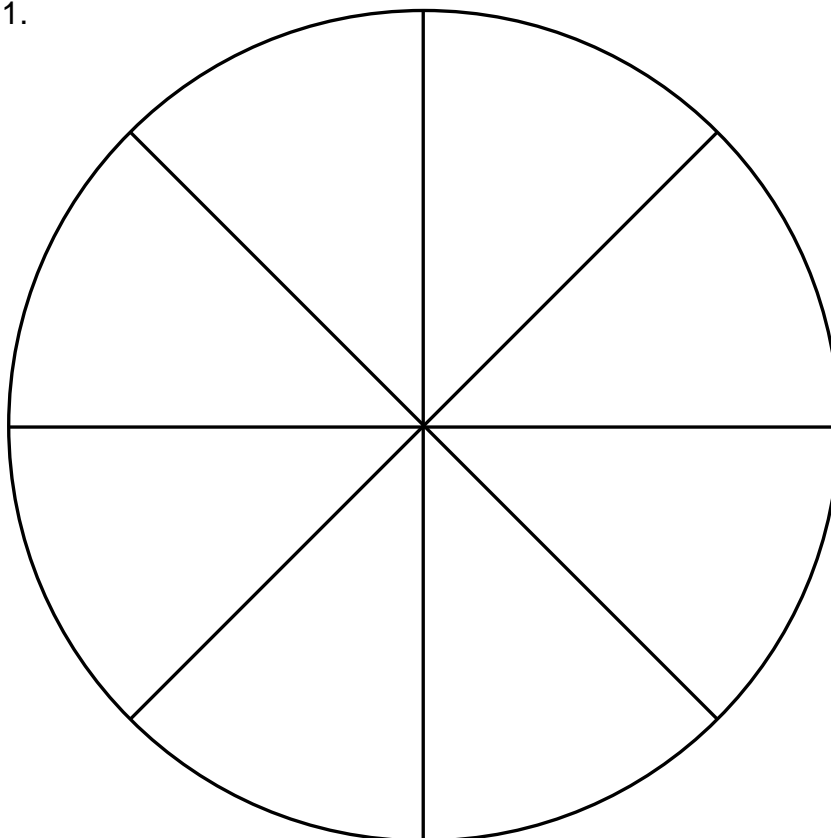


# Livshjulet (ett möjligt verktyg i samtal)

Bilaga 1.



**Skriv in nedan områden bredvid varje tårtbit (8 st)**

- |   |                         |
|---|-------------------------|
| 1. Fysisk miljö (boende, omgivning, ägodelar) | 2. Hälsa                |
| 3. Vänner och familj                          | 4. Kärlek och trygghet  |
| 5. Fritid och nöje                            | 6. Personlig utveckling |
| 7. Jobb och karriär                           | 8. Ekonomi              |

Detta är ett verktyg för att kartlägga hur nöjd du är med olika delar av ditt liv just nu. Vad som krävs för att vi ska tycka att vi lever ett meningsfullt liv är individuellt.

Du får i uppgift att ange hur nöjd du är med varje del av livet, genom att ange värdet 0 - 100 %. 0 är längst in i cirkelns mitt och 100 är vid cirkelns ytterkant. För varje tårtbit sätter du pennan i cirkelns mitt och drar pennan utåt och stannar där du känner dig nöjd. Fyll sedan i tårtbiten. Samtliga åtta tårtbitar ska fyllas i. Som chef frågar du medarbetaren vilken av tårtbitarna som hen vill förändra. Personalkontoret kan vara behjälpliga i användningen av verktyget.

## Personalkontoret